

Mai 2010

I denne utgaven:

Leder, s.2
Reisegruppe startes, s.2
Referat fra årsmøtet, s.3
Operatur til Nordfjord, s.4
Vedtekter ajourført, s.5
E-postendringer, s.5
Løvetannens bønn, s.6
17.mai-sang, s.6
Omtale av foredrag, s.6
Redusert pensjon, s.7
Diktet I dag, s.7
Livets landevei, s.8
Et nytt møtested, s.9
Trygghetsalarm, s.9
Når ungane kommer, s.9
BBC Radio2 fikk ordre, s.9
Noen mener at, s.9
Sponsorannonse, s.10
Besøk på Grautneset, s.10
Venter på far, s.10
Vi vet fra før ..,s.10
Kontaktadresser, s.10
Oppgitt e-post, s.10
Korrekt adresse?, s.10
Sponsorannonse, s.11
Foredragsomtale, s.11
Jønshorn, s.11
Tillitsmenn 2010, s.12
Om U3A, s.12
Møteplan, s.12

Neste blad kommer i august.
Ha en riktig god sommer!

Du finner mye
informasjon på
nettsidene våre:

www.puiaa.no

KONTINGENT

Bruk fakturaen som er vedlagt
til å betale medlemskontingenten.



Bare noen sekunder etter at bildet ble tatt falt isen av
— og blomsten reiste seg. Herlig!

Temaforedragene fremover

- 29.04: Harald Haveland: *Per Sivle*
27.05: Lise Christoffersen: *Den stygge andungen som ble til en svane. Om Drammen by.*
26.08: Inge Westad: *Den moderne historien bak Alnesfyret*
30.09: Nils Arne Riise, Møre Eiendomsmegling: *Hvordan gå frem når du skifter bolig.*
28.10: Olaug Flø Brekke: *Utfordringen i eldrebølgen i Ålesund kommune.*
18.11: Ålesund Dixie: *Herlige melodier og deres bakgrunn m/svingom.*
9.12: Oddgeir Bruaset: *Om bakgrunnen for julesangene våre, masse synging, og julegrøt i tillegg.*

Det vil også komme flere foredrag i tillegg til disse. Det faste er at vi møtes siste torsdag hver måned, på Høgskolen i lokalet Naftadjupet, kl. 1800—og at vi møtes til sosialt samvær etterpå, over en kopp kaffe og litt å bite i.

Noen av foredragene vil avvikles på andre steder enn dette faste mønsteret, men sett likevel av dato og klokkeslett på kalenderen nå med det samme. Alle detaljer vil bli meddelt når det nærmer seg.

Om å gjøre mye på én gang

Det er sikkert bare jeg som går og leter etter brillene mine – og oppdager at jeg har dem opp i panna. Og leter etter nøklene som vanligvis legges i den ene lommen – og så finner dem i den andre etter litt leting. Eller går ut for å hente noe, og blir stående for å prøve å komme på hva det var jeg skulle. Og hvor er nå telefonen? Heldigvis har jeg ikke fortalt dette til noen.

Forklaringen er jo selvfølgelig at vi moderne mennesker opplever mer på dager enn steinaldermennesket gjorde på år. Påstås det. Dermed greier vi ikke å holde styr på mange ting på en gang.

Multitasking heter det nå, når vi holder på med mange ting samtidig. Det påstås at kvinner er bedre enn menn til dette, men jeg er sikker på at nyere forskning sår tvil om dette. Eller?

Men til alvor. Det som imponerer meg stadig vekk er det engasjementet som våre medlemmer viser. Jeg har en mistanke om at alle holder seg friskere og raskere mye ved dette. Nå har jeg ikke snakket med Eia om hva som kommer først, høna eller egget; om man er kvikk fordi man har god helse, eller om det er helsen som holder seg fordi man er kvikk?

Studiegruppene våre viser stor aktivitet, med egeninnsats etter evne og lyst. Det tar tid å forberede foredrag eller lange innlegg i saker. Det skal lyttes, leses, tenkes, undersøkes, sorteres, skrives, finne bilder, ordne det tekniske .. og det hele. Presentasjonsmåten endrer seg, fra det enkle, muntlige til PC-program med allverdens fiksfakserier. Som det tar tid å sette seg inn i. Retorikken er den samme, likevel.

Vi er opptatt med en rekke ting, hele tiden. Det er dette som altså kalles multitasking, av de yngre.

Det kommer tilsyne mye kompetanse i gruppene. Dette har alle glede av. Noe av det kommer også samfunnet rundt oss til gode. En av gruppene har f.eks lagt ned mye omtanke i dette med finansiering av veier og infrastruktur. En annen har tenkt mye på fremtidsutsiktene for eldre. Begge lar tankene gå til beslutningstakere. Det er en måte for dem som har lang erfaring å bringe denne videre til yngre generasjoner. Men vi vet så godt at erfaring gjentas med annen hver generasjon: Min far hadde ikke gressplen; derfor anla jeg en; min sønn synes det var for mye bry, og kuttet ut. Osv.

Det er heller ikke til å legge skjul på at vi eldre reiser mye. Derfor håper vi at den nye studiegruppen som kalles *Quo vadis* kan være til glede for mange. Vi skal formidle planer og forslag etterhvert. Og har du forslag er det bare å sende til Sigurd Dypvik, sidy@mimer.no

Styret har lagt opp til et spredt innhold i fellesmøtene våre hver siste torsdag. Noe av det er ren moro, andre er praktiske ting som vi bør kjenne til, mye er tankevekkende. Informasjon om dette finner du i bladet her. Legg merke til at ikke alle møtene holdes på Høgskolen, og heller ikke alltid på siste torsdag. Dette er fordi vi må ta hensyn til en del praktiske ting og samarbeide med andre. Dessuten kan vi godt arrangere foredrag av våre egne medlemmer i større utstrekning. Det er mange som kan fortelle fra reiser, opplevelser, erfaringer, meninger ... Hvorfor ikke gi lyd fra deg, eller at du tipser oss om noen andre.

Det som gleder oss veldig er hvor imøtekommande alle er som vi spør om noe. Vi takker alle våre foredragsholdere spesielt for dette! Vi håper du får riktig mye glede av alt dette fremover.

Sjur

P.S. Franske forskere har faktisk seriøst undersøkt dette med menneskers evne til å gjøre mange ting på én gang. De har funnet at når noen ble gitt to oppgaver samtidig, så tok hver hjernehalvdel sin oppgave og løste begge oppgavene samtidig. Men når det så ble gitt en tredje oppgave, da gikk det verre. Konklusjonen er at antall hjernehalvdeler setter begrensningen.

Men, sier de, det fins naturlige forskjeller, og evnen kan trenes opp – til en viss grad. Så da så.

PLAN OM Å STARTE EN "REISE-GRUPPE" - en ny aktivitet i PUiÅ

Det er kommet frem ønske om å starte en reise(planleggings)gruppe som vi hittil kaller **Quo Vadis**.

Etter en del tanker som er lansert vil vi nå se om interessen er tilstede. Hva og hvordan vi kommer til å arbeide er det de som blir med i gruppen som bestemmer. Målet for reisene kan f.eks være: natur, allslags kunst, historie, kultur med mer.

Interesserte kan ta kontakt med Sigurd Dybvik,

E-post: sidy@mimer.no, mobiltel. og SMS: 9110 7120.

Referat fra årsmøtet for året 2009, 25.februar 2010 kl.18.00

Styreleder Sjur Brande åpnet med å ønske medlemmene velkommen. 39 medlemmer var tilstede.

Konstituering av årsmøte:

Årsmøtet godkjente enstemmig innkallingen. Etter forslag fra forsamlingen ble Sjur Brande enstemmig valgt som møteleder. Til referent ble valgt Sigurd Dybvik. Til å undertegne årsmøtoreferatet ble valgt Åse Fagerslett og Elias Førde.

Årsmøtesaker:

Møteleder erklærte møtet for lovlig satt.

1) Styrets årsberetning

Årsberetningen for 2009 var trykket i Medlemsbladet, nr.24 1/2010 og utsendt til medlemmene, som ved årsskiftet var 252 stk. Styreleder gjennomgikk beretningen punkt for punkt og kommenterte en del punkter.

Årsberetningen ble så enstemmig godkjent.

2) Regnskap og budsjett.

Revisors beretning ble referert, regnskapet ble gjennomgått, endel punkter ble kommentert og klargjort.

Regnskapet ble enstemmig godkjent.

Styrets forslag til budsjett ble fremlagt, årsmøtet var fornøyd.

Budsjettet for 2010 ble enstemmig godkjent.

Post for langsiktige investeringer med innkjøp av audiovisuelt utstyr til benyttelse av de 18 studiegrupper ble enstemmig godkjent.

3) Vedtektsendringer.

Styrets forslag til § 5 Årsmøtet:

Pkt. 2 endres til:

Regnskap, revisors beretning og budsjett, herunder fastsettelse av kontingent.

Pkt. 5 endes til:

Valg av 3 medlemmer og ett varamedlem til valgkomite for to år av gangen.

Pkt. 6 tilføyes:

Det velges revisor for to år av gangen.

Årsmøte godkjente enstemmig endringene.

Det forelå forslag på vedtektsendringer fra et medlem, kalt pkt. D som ble diskutert. Styret gikk inn for første ledd i forslaget. Annet ledd i det innleverte forslag om å endre fra nåværende 1/3 av medlemmene til det nye, 15 % av medlemmene, ble satt opp mot hverandre. Årsmøtet vedtok enstemmig den første ledd av forslaget, og i avstemning om annet ledd falt forslaget om 15 % med 20 stemmer, (12 stemte for forslaget). Det lyder nå:

Ekstraordinært årsmøte innkalles når minst 2/3 av foreningens styre, eller minst 2/3 av studiegruppelederne eller minst 1/3 av de betalende medlemmene skriftlig krever det.

Valg:

Valgkomiteens formann Sigurd Dybvik refererte komiteens forslag.

Formann Sjur Brande. *Enstemmig gjenvalgt.*

Styremedlem: Torun Giving Eriksen. *Enstemmig valgt.*

Varamedlemmer: Liv Tidemann, Einar Røssaak. *Enstemmig valgt.*

Valgkomite:

Ikke på valg: Unni Førde, Sigurd Dybvik (1. år)

På valg: Norma Kjerstad, Gunnlaug Lade. *Enstemmig valgt.*

Årsmøtets avslutning:

Møteleder konkluderte med at årsmøtet meddelte styret ansvarsfrihet.

Styreleder Sjur Brande takket for tilliten ved gjenvalg av ham som leder. Han takket avgående styremedlemmer, Norma Kjerstad og Gunnlaug Lade, samt studiekoordinator Per Øfsdahl og Asbjørn H. Johansen for god innsats og overrakte hver av dem et gavekort.

Carl Erik Eriksen ble takket for innsatsen som reiseleder til Operaturene og fikk overrakt gavekort til applaus fra årsmøtedeltakerne.

Årsmøtereferat fortsetter fra side 3:

Norma Kjerstad og Asbjørn H. Johansen var ikke tilstede, men vil få takken overlevert senere.

Sigurd Dybvik og Jarle Remø tar over turansvaret for kommende periode.

Tidspunkt for påmelding til høstens operatur vil bli meddelt i neste Medlemsblad.

Ålesund 25.02.2010

Sigurd Dybvik (sign), referent

Til vitterlighet/valgt av årsmøtet:

Åse Fagerslett (sign)

Elias Førde (sign)

PUiÅ årets Operatur til Nordfjord

Turen til Operaen i Nordfjord går av stabelen 17. til 18. oktober. Vi skal i år se en komisk opera over tema "Fotball - Norge / Brasil i to omganger". Forestillingen er en matiné som starter kl. 1400, vi må derfor arrangere kjøringen på en annen måte enn tidligere. Dette vil det bli gitt nærmere informasjon når tiden nærmer seg. Returen mandag vil vi komme tilbake til, det blir et besøk med varm lunsj på et hemmelig sted.

NORGE - BRASIL, EIN OPERA:

Opera har alltid vore dei store og sterke følelsane sin arena. Men kva anna er det i vår tid som kan sette i gong raseri, glede, tragedie og ekstase? Jau – fotball!

Derfor valde Are Kalvø og Helge Førde ikkje berre å skrive ein opera om fotball, men om ein bestemt fotballkamp; Norge – Brasil under VM 1998 i Marseille. Då Kjetil Rekdal skåra på straffespark og Norge vann, kunne ein sikkert høyre eit rungande brøl over heile landet. Folk dansa på Karl Johan og politiet måtte be ein person som hadde klatra opp i ei flaggstong om å kome ned. Han kunne ikkje gjere greie for kvifor han hadde klatra opp i flaggstonga – mest sannsynleg var det i pur glede.

Operaen har ikkje akter – men rett og slett to omgangar der domaren sikkert legg til litt tilleggstid. Handlinga følgjer den svært dramatiske oppbygginga i sjølve kampen. Undervegs blir vi betre kjent med fleire av dei sentrale spelarane som Myggen, Flo-brørne og sjølvstakt Kjetil Rekdal. Operaen handlar ikkje berre om sjølve fotballkampen, men om alt som kan hende også utanfor banen i løpet av to gangar 45 minutt. Mange menneskje møtast tilfeldig og merkelege situasjonar oppstår.

Musikken er inspirert av tradisjonell klassisk, akustisk opera med symfonisk besetning. Samtidig også av jazz og jazzen si evne til å ta opp i seg andre musikkformer, slik som blant anna Gerswin og Leonard Bernstein har gjort det i sine operaer. Sidan motstanderen heiter Brasil er det sjølvstakt også element frå brasiliansk musikk.

Musikken har eit moderne, men tonalt uttrykk med mykje kromatikk og rytmikk. Den vert svært utfordrande å spele, spesielt for tre sentrale slagverkarar.

Dei største utfordringane ligg likevel hos solistane og koret, både melodisk, klangleg og ikkje minst rytmisk.

For å halde det heile i taumane har Opera Nordfjord engasjert Svein Sturla Hungnes til å regissera oppsettinga. Han er ein av landets mest erfarne regissørar, og er kanskje mest kjent for si oppsetting av Peer Gynt på utescena ved Gålåvatnet.

Historisk fins det ein lang tradisjon med komisk opera. Denne tradisjonen håpar skaparane av denne operaen å føre vidare.

Dei lovar mange språklege og musikalske krumspring og overraskingar.

Om det verkeleg blir ein komisk opera eller ei, kan du bedømme sjølv om du møter opp.

Pris pr. person er kr. 2450,-, i dobbeltrom og kr.2850,- i enkeltrom som inkluder reise, opphold, mat og operabilletter. Buss og rom er bestilt.

Påmelding starter 16. juli kl. 0900: Telefon: 9110 7120 eller e-post: sidy@mimer.no

Påmeldingslista blir påført tidspunkt slik at den som er: "Først til mølla kommer med".

Hilsen reisegruppa Quo Vadis

Vedtekter for Pensjonistuniversitetet i Ålesund

Stiftet 19.feb.1991, sist endret 25.feb.2010

§1 Formål

Pensjonistuniversitetet i Ålesund (PUIÅ) er en frivillig, idéell og ikke-kommersiell forening som har til formål å gi pensjonister og andre over 60 år muligheter gjennom livslang læring å sette seg inn i emner de er interessert i.

PUIÅ skal være et forum for utveksling av kunnskaper og for menneskelig kontakt i tråd med Universitetet for den 3. alders (U3A) målsetting.

§2 Medlemskap

Medlemskap er åpent for alle pensjonister og andre over 60 år. Medlemsskap er uavhengig av tidligere utdanning og yrkesmessig bakgrunn.

§3 Organisasjon

PUIÅ er en del av Studieforbundet Folkeuniversitetets organisasjon og tilpasset dennes vedtekter og forskrifter. Vedtekter for PUIÅ skal være godkjent av Folkeuniversitetet. Landsmøtet i Folkeuniversitetet er høyeste myndighet.

Pensjonistuniversitetet i Ålesund er en selvstendig enhet med eget organisasjonsnummer i Enhetsregisteret. Styrets leder har signatur.

Egne medlemmer utfører det løpende administrative, økonomiske og praktiske arbeidet. Tillitsvalgte i PUIÅ kan anmode Folkeuniversitetet om å utføre deler av arbeidet etter avtale kan som justeres årlig.

Det økonomiske grunnlaget dannes av medlemskontingent, studiegruppe- og fellesmøte-virksomhet. Andre midler, som støtte til prosjekter, tilskudd og gaver, kan anvendes til foreningens formål.

§4 Styret

Pensjonistuniversitetet i Ålesund ledes av et valgt styre på 5 medlemmer, samt ett styremedlem oppnevnt av den lokale Folkeuniversitetsavdeling.

Styreleder velges særskilt av årsmøtet, for ett år.

Styremedlemmer på valg velges for to år. Det tilstrebes kontinuitet såvel som fornying.

Styret velger selv innen sin midte nestleder, sekretær, kasserer og andre funksjoner.

Til styret velges særskilt to varamenn; disse velges for ett år.

Styret er beslutningsdyktig når minst 4 medlemmer etter rimelig innkallingstid er tilstede, derav leder eller nestleder. Ved stemmelikhet har møteleder dobbeltstemme.

§5 Årsmøtet

Årsmøtet holdes hvert år innen utgangen av mars. Møtedato skal bekjentgjøres i god tid. Forslag til årsmøtet må skje skriftlig og være styret i hende senest 4 uker før årsmøtet. Sakspapirer skal være utsendt senest 2 uker før møtet. Årsmøtet skal behandle følgende saker:

- Styrets årsmelding

- Regnskap, revisors beretning og budsjett, herunder fastsettelse av kontingent.

- Forslag fra medlemmer og styre

- Valg av styreleder, styremedlemmer på valg, to varamedlemmer.

- Valg av 3 medlemmer og ett varamedlem til valgkomite for to år av gangen.

Det velges revisor for to år av gangen.

Valg av tillitsmenn skal foregå ved skriftlig votering hvis forslag om dette først blir vedtatt.

Alle valg og vedtak avgjøres med alminnelig flertall (se unntak i §6). Ved stemmelikhet er avtroppende styreleders stemme **Ekstraordinært årsmøte** innkalles når minst 2/3 av foreningens styre, eller minst 2/3 av studiegruppelederne, eller minst 1/3 av de betalende medlemmene skriftlig krever det. Innkallingen skal skje uten unødig forsinkelse med varsel om tidspunkt og sak minst 1 uke og maksimalt 3 uker før møtet. På det ekstraordinære årsmøtet behandles kun saker som står i innkallingen og underliggende dokumenter.

§6 Endring av vedtekter

Vedtak om endring av vedtekter skjer på årsmøte og krever 2/3 flertall fra de fremmøtte (se §3 om gyldighet).

Skifte av e-postadresse for alle som slutter på adsl.no

En lang rekke av våre medlemmer har e-post som tidligere sluttet på **@adsl.no**.

Denne må du nå endre fra adsl til **@mimer.no**



Løvetannens bønn

av Harald Sverdrup

Blås på meg barn!
Fang mine stigende stjerner
og kikk på min gule sol
- som brenner i gressets grønne himmel –
Med alle de undrende øyne.

**La de små barn komme til meg
for de vet ikke hva ugress er.**



17.mai sang / Tenk at nå er dagen her

Tekst: Ågot Nickelsen

Melodi: Mot I Brystet

Tenk at nå er dagen her som jeg har lengtet etter.
Jeg skal gå i toget, og jeg er så glad.
Du kan tro jeg skal nok synge ut av alle krefter,
Svinge flagget mitt og rope høyt hurra!
Ser du flagget mitt: rødt og blått og hvitt!
Det skal vaie fritt og vise seg
friskt, og vakkert er det, som vår kjære gamle
Norge.
Ja, det er landet vi er glad i, du og jeg!



Foredraget 27.mai 2010:

Den stygge andungen som ble til en svane eller Hva skjedde i Drammen?

v/ Lise Christoffersen

For en tid tilbake var ikke Drammen et by beboerne skrøt av. Elven var forurenset, og det var mye å klage på. Men noe veldig positivt skjedde.

En av dem som tok tak i oppgavene var Lise Christoffersen. Hun var bystyremedlem fra 1980 til 2003 og ordfører fra 1995 til 2003. Hun er betegnet som selve drivkraften bak den positive utviklingen som skjedde i Drammen i hennes ordførertid. Hun var medlem av Planlovutvalget som i 2003 avga sin siste delinnstilling til ny plan- og bygningslov.

I 2003 mottok hun på vegne av byen den prestisjetunge Bymiljøprisen av daværende statsminister Bondevik.

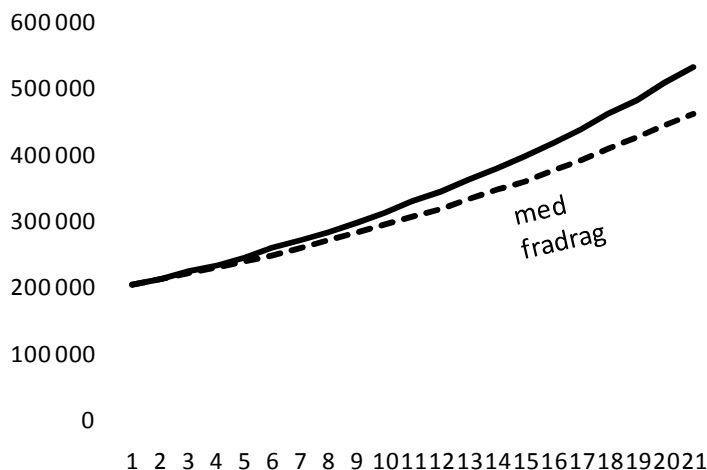
Hun er statsviter fra Universitetet i Oslo og har tidligere arbeidet som forsker ved Institutt for sosialforskning og som seniorrådgiver i Asplan VIAK.

Hun ble innvalgt på Stortinget i 2005 fra Buskerud og gjenvalgt i 2009, og er nå medlem av Kommunal- og forvaltningskomiteen på Stortinget.

Arbeidet i Drammen fortsetter gjennom programmet FutureBuilt som i en 10-års periode vil fokusere på klimateffektiv arkitektur og byutvikling sammen med Oslo. FutureBuild er fremtidsrettet og sikter på å være et innspill i debatten om bærekraftig arkitektur og utvikling av byområder.

Det er derfor med stor interesse vi ønsker Lise Christoffersen hit til oss for å gi oss del i de tanker og handlinger som har gjort Drammen til en by som folk er stolt av.

Redusert pensjon fra neste år



Våre pensjoner har siden 2003 blitt regulert i takt med lønnsøkningen i samfunnet. Fra neste år vil den mye omdiskuterte pensjonsreform innføres i praksis. Det får forskjellig utslag for pensjoner **under utbetaling**.

Minstepensjonister vil få sine pensjoner regulert som lønnsveksten, men fratrasket *effekten av levealdersjusteringen*. Dette siste er et noe mektig komplisert som beregnes etterhvert, men politisk er det fastsatt et fradrag på 0,5% maksimalt.

For dem som nå har pensjon **høyere enn minstepensjon** vil økningen i pensjon bli lønnsveksten minus 0,75%. Etterhvert som disse pensjonene blir regulert ned til minstepensjon vil de følge det samme som minstepensjonistene.

Alle vil altså få høyere pensjon, men gradvis lavere enn samfunnet ellers. Det er store beløp etterhvert. Illustrasjonen viser to forskjellige utviklingstrinn, den øverste er uten fradragene. De første årene er kronetapet lite, men så øker nedreguleringen stadig mer. Våre myndigheter skriver at *denne formen for nedregulering er med på å sikre bærekraften i pensjonssystemet*. Etter 20 år er fradraget for hver av oss f.eks 13%, kr. 70.000 årlig, og akkumulert langt over kr. 500.000 hvis lønnsøkningen i samfunnet er 5% årlig. Men akkumulert vil staten spare i størrelsesorden 40 milliarder i år 2050.

Noen av oss har tenkt som følger:

La oss glemme tallenes tale for en stakket stund. Heller argumentere med "logisk moral og rettferdighet". Noen i styre og stell må da vel kunne svare på våre spørsmål? Kanskje et åpent brev til finansministeren?

- Hvorfor skal pensjonene bli negative i forhold til lønn?
- Hvis det dreier seg om økt verdiskapning, er det da rimelig at å være pensjonist skal oppfattes som et handicap i så måte? Og derfor skal straffes med lavere pensjon i forhold til lønn.
- Hvorfor blir en løgn fremført ofte nok, til en sannhet? At pensjonistene er en utgift for Staten? Var det ikke Staten som i sin tid "stjal" trygdefondet og brukte det til andre ting. Og siden lot pensjonene gå over statsbudsjettet, og nå derfor fremstår som en utgift?
- Hva med pensjonene til Stortinget. Vil de følge lønnsutviklingen som nå, som attpåtil gjelder så lenge de lever?
- Hvordan er det mulig å hevde at samfunnet ikke har råd til å la pensjonistene følge med i lønnsutviklingen?
- Hvorfor skal ikke pensjonistene være med på fordelingen av nationalproduktet på lik linje med yrkesaktive?

Dette er ikke bare umoralsk, men i høyeste grad urettferdig!

Egil Mjelva

Sjur Brande

I dag

Om sju tusen år
er denne klokka
berre eit minutt
for sein,
seier vitskapsmannen stolt.
Sju tusen år
og berre eit minutt
for sein ...

Kva skil det meg
om klokka er eit minutt
for sein
om sju tusen år?

Idag bygger stæren reir
under taket vårt.
Hyllen blømer ved bursveggen
og hagen er kvit
av kirsebærblomst

I dag nynner ei kvinne
på badet.
Kva skil det meg
om klokka er eit minutt
for sein
om sju tusen år?

Av Halvor J. Sandsdalen

Livets landevei

av George Carling

Gled deg over livet mens du har det. Det kan ikke leves en gang til.

Har du tenkt over at den eneste tiden i vårt liv hvor vi ønsker om å bli eldre er når vi er barn?

Dersom du er yngre enn 10 år er du så spent på det å bli eldre at du tenker i brøker:

Hvor gammel er du? Jeg er 4 og **et HALVT ÅR**. Du er aldri 36 og **ET HALVT**. Du er 4 og et halvt år, og **SNART 5!** Det er nøkkelen.

Så blir du tenåring, og nå kan ingen holde deg igjen. Du hopper gjerne opp et år eller to.

Hvor gammel er du? Jeg **BLIR SNART 16**. Du er kanskje 13, men likevel – du blir 16.

Og så kommer den største dagen i ditt liv: Du høres så herlig ut at du **BLIR 21! YEESSS!**

Så er du **plutselig 30**. Oj, hva er det som hender?

Det kan best sammenlignes med sur melk. Du har surnet.

Kutt ut! Det er ikke gøy lenger. Du er bare blitt en gretten, inntørket frukt.

Hva er galt? Hva er forandret?

Du **BLIR 21**. Du **RUNDER 30**. Du **NÆRMER DEG 40**.

Oj, sett på bremsene. Dette går for fort.

Men du vet det: Du **NÅR 50** og drømmene er borte.

Men vent nå! Du **GREIDDE** å bli 60. Det hadde du aldri trodd!

Så – slik er det: Du **BLIR 21**, du **RUNDER 30**, du **NÆRMER DEG 40**, du **NÅR 50**, og du **GREIER Å BLI 60**.

Nå har du fått sånn fart at du **REKKER** å fylle 70.

Etter det tar du én dag av gangen. Du **FÅR MED DEG** onsdag.

Men så går du inn i ditt 80-ende år, og hver dag får sin faste rytme: Du **KOMMER** deg til lunsj; du **PASSERER** middag; du **GÅR** til senga.

Og det stopper ikke med det. Utover i 90-årene begynner du å gå bakover: Jeg **VAR NETTOPP 92**.

Men så skjer det noe merkelig: Hvis du når å bli 100, blir du som barn igjen: jeg er 100 og **ET HALVT**.

Måtte du nå 100 og et halvt – og ha det så bra som du kan ha det.

Hvordan forbli ung?

1. Bry deg ikke om uvesentligheter, som alder, vekt, og høyde. Overlat det til legene. Det er det du betaler dem for.
2. Omgi deg med positive venner. De negative vil forsure livet ditt.
3. Vær opptatt av å lære. Lær mer om data, kunst, hagestell eller noe annet spennende. La ikke hjernen bli sløv. *Et sløvt sinn er djevelens verk*. Djevelens navn er Alzheimer.
4. Vær opptatt av de nære ting.
5. Le ofte, lenge og hjertelig. Le fullt ut.
6. Tunge stunder kommer. Hold ut, sørg og gå videre. Den eneste som er sammen med oss hele livet er oss selv. Lev mens du er i live.
7. Omgi deg med noe du liker, enten det er familie, kjæledyr, minner, musikk, planter, hobbyer – hva som helst. Ditt hjem er ditt fristed.
8. Ta vare på helsen. Hvis den er god, bevar den. Er den lite tilfredsstillende, prøv å forbedre den. Er det umulig for deg alene, be om hjelp.
9. Kvitt deg med skyldfølelse. Finn ut om det virkelig er/var ditt ansvar? Be om unnskyldning om det trengs. Gjør opp for deg. Men se til å bli kvitt tyngende tanker. Bli fri.
10. Si til dem du er glad i at du er dét, ved enhver anledning.

Og husk alltid:

Livet måles ikke i hvor mye pust du trekker inn, men av øyeblikkene som tar pusten **fra** deg. Alle trenger vi å leve livet fullt ut hver dag!

Et nytt møtested

En gruppe 40-årige venner diskuterer alvorlig hvor de skal møtes neste gang til fest. Tilslutt blir de enige om å møtes på Gjestehuset Vennligheten – fordi serveringsjentene har stor utringning og er flotte å se på.

10 år senere, når de er 50, møtes de igjen og diskuterer på nytt hvor de skal møtes til fest. Tilslutt blir de enige om å møtes på Gjestehuset Vennligheten - fordi maten er kjempegod og vinutvalget er stort.

10 senere, når de er 60, møtes de igjen og diskuterer på nytt hvor de skal møtes til fest. Tilslutt blir de enige om å møtes på Gjestehuset Vennligheten - fordi her kan de spise i ro og fred og restauranten er røkfri.

10 senere, når de er 70, møtes de igjen og diskuterer på nytt hvor de skal møtes til fest. Tilslutt blir de enige om å møtes på Gjestehuset Vennligheten - fordi det er rullestoladgang og de til og med har heis.

10 senere, når de er 80, møtes de igjen og diskuterer på nytt hvor de skal møtes til fest. Tilslutt blir de enige om å møtes på Gjestehuset Vennligheten - fordi dette er et sted de ikke har vært på tidligere.

Trygghetsalarm for eldre ved å bruke mobiltelefon?

Bipper er en softwarebasert løsning som fungerer på alle mobiltelefoner. Gjennom en nettbasert administrasjonsside får pårørende mulighet til å gjøre de innstillinger de ønsker for barnas mobilbruk gjennom de tre tjenestene BipperControl, BipperSafety og BipperLocation. Herunder å definere hvem barna kan snakke med, når mobilen kan brukes og hvor mye den kan brukes.

Bipper gir også tilgang på en trygghetsalarm samt lokaliseringstjeneste.

Bipper leverer sine tjenester direkte til sluttbruker gjennom sin egen tynne sim (BipperSIM) som er utviklet i partnerskap med Motorola, i partnerskap med operatører der Bipper er installert på operatørens egen SIM og som applikasjon for utvalgte mobiltelefoner.

Bipper ble etablert av tre-barns mor Silje Vallestad i 2007 for å gjøre mobil-barn tryggere og foreldres hverdag enklere. Bakgrunnen var det sjokket, og etterhvert behovet Silje selv følte på, når hennes da 6 år gamle datter startet på skolen og hun oppdaget at svært unge barn er mobilbrukere. Bipper lanserer i 2010 i Norge og USA, og har ambisjoner om å bli verdens ledende leverandør av trygghetsløsninger for barns mobiltelefoner.

Når ungane kommer

Når ungane kommer, da heiser vi flagget:

Sett blomster på bordet! Vi spiser i stua!

Og huset er støvsugd, og rutene skinner:

O hjertens fest, når det trippes og tralles
av ungdom og småkryp. - Kom vesla og minsten,
Vi spiser i stua! – (Det burte vi neppe.)

.....

Det stilner mot midnatt – med kjeksstrødde tepper,
med lanker på ruta og ketsjup på duken
og oppvask i stabler – og besteforeldre
som trenger å pause litt før'em ska kjøpe ...

.....

Dem reiser i morra. Da vinker vi adjø.

Så heiser vi flagget og spiser i stua
med blomster på bordet, du kjære og jeg!

O hjertens fest når vi sitter alene

.....

og byner å lengte te neste besøket

av Sverre Therkelsen

BBC Radio2 fikk ordre om å gjøre mer for de eldre



En klar endring i Radio2-profilen som ville tilpasse seg yngre lyttere fikk av ledelsen i BBC ordre om å endre profilen tilbake slik at gjennomsnittsalderen ikke skulle ligge under 50 år, og den skulle virke attraktiv for de over 65. Musikkutvalget skulle tilpasses denne aldersgruppen, og det skulle fokuseres på mer komedie-, kunst- og dokumentar-program.

Noen sier at:

De som smiler når noe går galt, vet allerede hvem som får skylden.

Hvis alt ser ut til å gå godt, har du trolig glemt et eller annet.

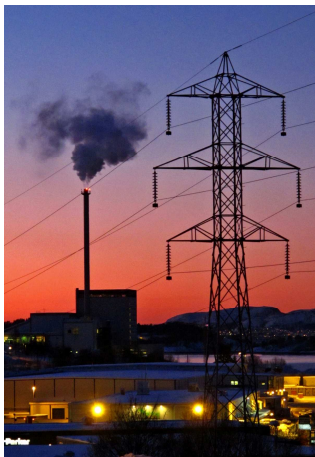
Hvis alt går etter planen, er den som regel feil.

Ser det vanskelig ut, er det sikkert umulig.

Store oppdagelser skjer som regel i etterkant av en feil.

Fornyelse? Hvorfor skal man fornye seg? Man skal være glad til hvis man bare kan bevare seg!

AMFI MOA



Besøk på forbrenningsanlegget på Grautneset feb. 2010

Overingeniør og markedssjef i Tafjord Kraft, Knut Arve Tafjord, tok imot **Byen vår** og orienterte om anlegget som eies av Tafjord Kraftselskap. Anlegget ble ferdigstilt i 1987 og har 22 ansatte.

Gjennom dataskisser fikk gruppen forklart hvordan utnyttelsen av søppelet som vi produserer blir omsatt til fjernvarme. Denne fjernvarmen blir formidlet til bedrifter, boligområder, skoler, sykehus, hoteller og institusjoner. Besøket var meget lærerikt og gruppen takker for den hyggelige omvisningen.

Bildet er tatt en sprengkald dag i vinter og viser røyken fra anlegget som produserer fjernvarmen lokalt, og kraftlinjene som bringer strøm til oss fra andre steder.

Vi setter pris på nye medlemmer

Det er en stor hjelp for oss alle om vi får vite dette om nye medlemmer:

Navn og postadresse,

fasttlf, mobiltlf., e-post adresse, og fødselsdag.

Si fra enten til Per Øfsdahl, Erling Paulsen eller Sjur Brande. (Eller til studiegruppeleder eller en i styret forøvrig.) Så kommer det frem til de rette.

Vi vet fra før at man bør

- ✓ sette seg del- og helmål, og arbeide bevisst i riktig retning;
- ✓ bruke kroppen litt mer hver dag;
- ✓ være med på trivelige aktiviteter, eller skape dem selv;
- ✓ oppsøke steder og personer som det er aktivitet rundt;
- ✓ bruke mentale krefter på forskjellige arenaer, ta utfordringer;
- ✓ få frem det gode smilet hos andre ...

... men det kan jo være greit å få det bekreftet fra tid til annen?

Kontakt til studiegrupper

Studiegrp.koordinator: Øfsdahl, Per; 97177473, per.øfsdahl@mimer.no
Byen vår: Åse Fagerslett, 70155111; p-fagers@online.no
Data 1: Krokenes, Ester; 70142515, ekroke@gmail.com
Data 2: Haugsbø, Aud; 70154648, aud.haugsbø@mimer.no
Data 3: Vidnes, Per-Arne; 90722492, pavidnes@frisurf.no
Data 4: Kjell Hole; 70140139, Åsegardsvegen 42, 6017 Ålesund
Digital foto: Myklebust, Per; 70146576, pemykl@mimer.no
Engelsk litteratur: Andreassen, Ragnhild; 70131235, ragnhila@online.no
Kunst: Hatløy, Astrid; 70143085, astrid.hatlø@mimer.no
Helse og velvære: Stoknes, Per Gunnar; 70143620, pgs@mimer.no
Kunstmaling: Hansen, Terje Bugge; 70141793, terje.b.h@mimer.no
Litteratur 1: Dahl, Olav; 70215102, e-hen-f@online.no
Litteratur 2: Marø, Erna; 70155781, ernamaro@online.no
Litteratur 3: Flatmark, Gerd; 70120636, pal.selbervik@mimer.no
Litteratur 4: Holte, Liv; 70143132, liv.holte@hotmail.com
Media: Hole, Johan; 70147016, ARNK-ho@online.no
Samfunn: Bøen, Ingemar; 90768214, itboen@mimer.no
Spansk 1-2: Lade, Gunnlaug; 70155004, gunnlade@frisurf.no
Quo vadis: Dybvik, Sigurd; 70133760, sidy@mimer.no

Har du oppgitt din e-postadresse til oss?

Denne utgaven av medlemsbladet blir sendt ut i elektronisk form (pdf-fil) til alle som har oppgitt e-postadressen sin. I tillegg blir selvfølgelig bladet sendt ut i papirform som tidligere. Det er slett ikke meningen at du skal trykke ut bladet på papir selv. (Hvis du gjør det så husk at du kan velge s/h, så slipper du stort forbruk av farger). Hvis du bare mottar papirform, og ikke i e-post, da har vi ikke fått med oss adressen. Send den da til **erl.paul@online.no**

Hjelp oss begge med korrekt adresse

Vi er veldig takknemlig om du husker å gi oss melding om du flytter til ny adresse, eller får nytt telefonnummer, eller om du endrer e-postadresse.

Det er alltid noen som vi ikke rekker med verken medlemsblad og annen informasjon som det kanskje haster litt med. Det er hjelp til selvhjelp.



Rom for kjærlighet...

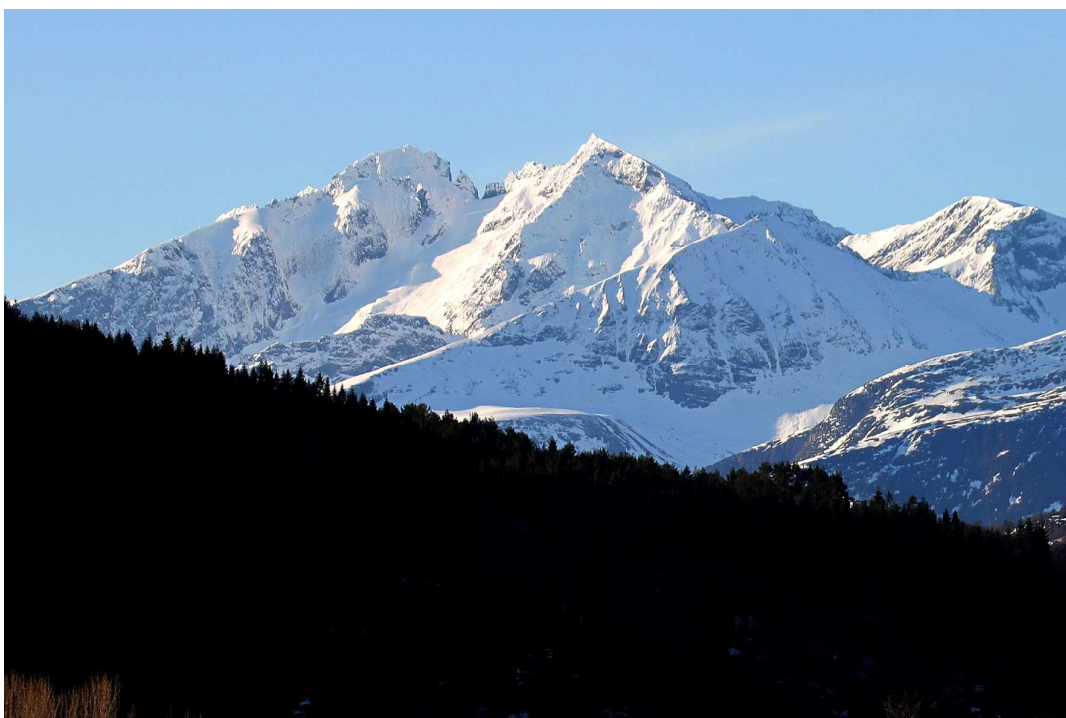
Vi hjelper deg med kjøp og salg av bolig, så kan du bestemme hva du vil fylle hjemmet ditt med.



MØRE EIENDOMSMEINGLING

Legg merke til foredraget som vi skal ha 30.september kl. 1800 på Høgskolen.

Vi er alle i den aldersgruppen at vi må ta hensyn til en lang rekke forhold som har med bosted og formue å gjøre. Kanskje er vi på jakt etter en enklere leilighet? På dette møtet vil det bli lagt frem resultatet av en undersøkelse som forteller hvordan folk flest tenker og planlegger, og ikke planlegger, det som har med bosted å gjøre. Kanskje har vi klart for oss hva som skjer med vår formue den dagen vi ikke har bruk for den mer? Kanskje vi trenger å vite bestemmelser for arv, og hvordan vi kan unngå iallfall de verste fellene med hensyn til arveavgift og andre lignende forhold?



En av forutsetningene for å kunne leve helt ut er bl.a å velge en sikker vei ned igjen fra toppen av Jønshorn (midt på bildet).

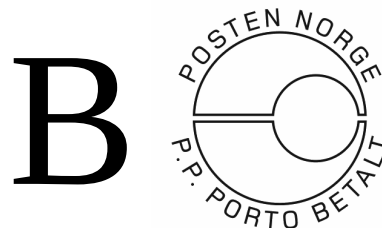
Nylig falt en person ned 800 meter i nærmest fritt fall, og deretter ytterligere 200 meter før han stoppet.

Og overlevde tilsynelatende uten mén!

Adresselapper settes her

Returadresse ved feil adresse:

Pensjonistuniversitetet i Ålesund
v/ Sjur Brande
Nybøbakken 8, leil 9
6011 Ålesund



Tillitsmenn 2010:

Leder Sjur Brande, Nybøbakken 8, seksjon 9, 6011 Ålesund, tlf 7013 7622 og 9220 3697, sjur.brande@mimer.no
Nestleder og kasserer Erling Paulsen, Gamleveien 36, 6015 Ålesund, tlf 7015 5290 og 9056 0355, erl.paul@online.no
Studiekoordinator Per Øfsdahl, Brenneveien 13, 6013 Ålesund, tlf. 7015 0257, 9717 7473, per.ofsdahl@mimer.no
Sekretær Torun G. Eriksen, Fjelltunv. 29, leil 7, 6007 Ålesund, tlf 7013 3416, 90069516, torun@mimer.no
Styremedlem Målfrid Mogstad, Nedre Strandgt. 37, 6004 Ålesund, tlf. 9924 0464, mmogstad2@hotmail.com
Varamann Liv Tideman, Østre Aspehaug 12, 6010 Ålesund, tlf 7014 1480, 4803 8737, liv.tidema@c2i.net
Varamann Einar Røssaak, Kr. Randersvei 5, 6007 Ålesund, tlf. 7012 1229, einar.rossaak@mimer.no

Redaksjonskomiteen består av:

Kjersti Torben, tlf. 7013 0330, kjersti.torben@online.no og Bjørg Bang, tlf. 7014 2924, bjorg.bang@gmail.com
Bjørn Lamborg, tlf. 7013 8265, bjorn@lamborg.no og Sjur Brande, tlf 9220 3697, sjur.brande@mimer.no

Det internasjonale U3A-konseptet kom til Norge i 1982 gjennom Folkeuniversitetet, og har spredd seg over hele landet. Selv om visjonen for U3A er den samme for alle, er arbeidsmåten forskjellig. Dette skyldes personers engasjement, og miljøet på stedet. All U3A-aktivitet er i utgangspunktet en selvstendig virksomhet, men med en felles visjon. Hos oss uttrykker vi vår visjon med denne ordlyden:

1. Først og fremst å vekke **lysten til å lære**, og derved stimulere til egen aktivitet;
2. dernest å gi pensjonister mulighet til å **ta styring over eget liv**;
3. og ikke minst det å være med i et **sosialt nettverk** sammen med likesinnede.

Oppdatert: 29.04.2010	Ålesund Pensjonistuniversitet. Møteplan våren 2010															
Grupper	Leder	Dager	Kl.	Sted	Januar	Februar	Mars	April	Mai	Juni	Servering					
Data 1	Ester Krokenes	Fredag	1100-1300	Spj.Seniorsenter	22	5 19	5 19	9 23	7 21	4 18						
Data 2	Aud Haugsbø	Onsdag	1000-1145	Spj.Seniorsenter	13 27	10 24	10 24	21	5 19	2 16						
Data 3	Per-Arne Vidnes	Onsdag	1000-1145	Spj.Seniorsenter	20 3	17 3	17	14 28	12 26	9						
Data 4	Kjell Hole	Fredag	1100-1300	Spj.Seniorsenter	15 29	12 26	12 26	16 30	14 28	11						
Spansk 1	Gunnlaug Lade	Tirsdag	1330-1530	Spj.Seniorsenter	12 26	9 23	9 23	20	4 18	1 15						
Spansk 2	Gunnlaug Lade	Tirsdag	1330-1530	Spj.Seniorsenter	19 2	16 2	16	13 27	11 25	8						
Litteratur 4	Liv Holte	Onsdag	1200-1400	Spj.Seniorsenter	6 20	3 17	3 17	7 21	5 19	2	29.04.10					
Kunstmaling	Terje Bugge Hansen	Tirsdag	1200-1400	Spj.Seniorsenter	12 26	9 23	9 23	13 27	11 25	8	27.05.10					
Helse & velvære	Per Gunnar Stoknes	Etter avtale														
		Mandag	1000-1145	Ål.bibl. 385/386	18	1 15	1 15	12 26	10	7						
Engelsk litteratur	Ragnhild Andreassen	Mandag	1000-1145	Ål.bibl. 385/386	11 25	8 22	8 22	19	3 31	14						
Litteratur 1	Olav Dahl	Tirsdag	1200-1345	Ål.bibl. 385/386	19 2	16 2	16	13 27	11 25	8						
Litteratur 2	Erna Marø	Mandag	1200-1345	Ål.bibl. 385/386	11 25	8 22	8 22	19	3 31	14						
Litteratur 3	Solfriid Selbervik	Mandag	1200-1345	Ål.bibl. 385/386	18 1	15 1	15	12 26	10	7						
Byen vår	Åse Fagerslett	Tirsdag	1000-1145	Ål.bibl. 385/386	19 2	16 2	16	13 27	11 25	15						
Digital foto	Per Myklebust	Tirsdag	1000-1200	Ål.bibl. 385/386	12 26	9 23	9 23	20	4 18	1 15						
Media	Johan Hole	Onsdag	1000-1145	Ål.bibl. 385/386	13 27	10 24	10 24	21	5 19	2 16						
Kunst	Astrid Hatløy	Onsdag	1200-1345	Ål.bibl. 385/386	13 27	10 24	10 24	14 28	12 26	9						
Samfunn	Ingemar bøen	Torsdag	1200-1400	Ål.bibl. 385/386	21 4	18 4	18	22	6 20	3 17						

Studiekoordinator: Per Øfsdahl, Brenneveien 13, 6013 Ålesund. Tlf.: 70 15 02 57 Mob.tel.: 971 77 473 E-adr.: per.ofsdahl@mimer.no
Studiegruppene må være oppmerksomme på når de skal hjelpe til med servering av kaffe og rydding på temamøtene.